

## **AKADEMIA GÓRSKA**

Program:

**Termin: 30 stycznia -1 lutego 2020**

### **Czwartek 30 stycznia:**

Godz: 10:00 – 15:00 przybycie uczestników na teren Akademii. Rozbicie namiotów, przygotowanie platform itd.

Godz: 10:00 – 16:00 rejestracja uczestników

Godz: 17:00 – 18:00 Wspólna obiadowa kolacja w schronisku, oficjalne otwarcie Akademii Górskiej. Omówienie programu Akademii.

18:00 – 20:00 Warsztaty outdoorowe w schronisku. (ABC lawinowe, plecaki lawinowe)

Godz: 20:00 Wspólne ognisko, integracja

### **Piątek 31 stycznia:**

Godz: 8:00 Wspólne śniadanie w schronisku

Godz: 9:00 – 12:00 I panel zajęć terenowych z podziałem na grupy

Godz: 12:00 – 13:00 Przerwa na kawę i herbatę

Godz: 13:00 – 16:00 II panel zajęć terenowych z podziałem na grupy.

Godz: 16:00 – 17:00 Czas wolny do dyspozycji uczestników (herbata, kawa w schronisku no limit)

Godz: 17:00 -18:00 Wspólna obiadowa kolacja w schronisku

Godz: 18:00 – 20:00 Warsztaty outdoorowe w schronisku (zimowy sprzęt, ekwipunek, odzież, wyposażenie)

Godz: 20:00-21:00 – Pokazy zdjęć z wypraw wysokogórskich

Godz: 21:00 Górską Posiadówką – sala kominkowa

### **Sobota 1 lutego:**

Godz: 8:00 wspólne śniadanie w schronisku

Godz: 9:00 – 12:00 – III panel zajęć terenowych z podziałem na grupy

Godz: 12:00 – 13:00 Przerwa na kawę i herbatę

Godz: 13:00 – 16:00 IV panel zajęć terenowych z podziałem na grupy.

Godz: 16:00 – 17:00 Czas wolny do dyspozycji uczestników (herbata, kawa w schronisku no limit)

Godz: 17:00 – 18:00 Wspólna obiadowa kolacja w schronisku

Godz: 18:00 – 19:00 Wołanie w górach – wzywianie pomocy i akcje ratunkowe

Godz: 19:00 – 20:00 Pokaz zdjęć z wypraw - duża sala konferencyjna

Godz: 20:00 – 23:00 Wspólne ognisko, integracja lub Górską Posiadówką sala kominkowa

### **Niedziela 2 lutego:**

Godz: 8:00 – wspólne śniadanie w schronisku

Godz: 9:00 – 11:00 – gra terenowa na orientację z podziałem na grupy.

Godz: 11:00 – 12:00 wspólne zdjęcie wszystkich uczestników, podsumowanie i oficjalne zakończenie Akademii Górskiej

12:00 – 13:00 pakowanie i zwijanie namiotów

13:00 Zakończenie Akademii Górskiej

**Cennik:**

**599 PLN** – nocleg w namiocie:

Cena obejmuje nocleg w namiocie i wyżywienie; śniadania i obiadokolacje, herbatę i kawę bez limitu; sprzęt techniczny oraz ubezpieczenie NNW.

**699 PLN** – nocleg w pokoju:

Cena obejmuje nocleg w pokojach i wyżywienie; śniadania i obiadokolacje, herbatę i kawę bez limitu; sprzęt techniczny oraz ubezpieczenie NNW.

**Dojazd:**

Akademia Górską działa w Beskidzie Żywieckim w masywie Pilska na Hali Miziowej na wysokości 1330 m n.p.m.

Do schroniska na Hali Miziowej najlepiej wyruszyć z Korbielowa, miejscowości położonej w województwie śląskim w Beskidzie Żywieckim, 19 km na południowy wschód od Żywca. Dalej pieszo szlakami więcej <https://halamiziowa.pl/dojazd/> lub wyciągiem krzeselkowym szczegółów <https://halamiziowa.pl/trasy-i-wyciagi/>

Komunikacja publiczna do Korbielowa kursuje bezpośrednio z Żywca, a także z Krakowa.

**Wyżywienie:**

W ramach Akademii Górskiej otrzymasz dwa posiłki dziennie. Śniadanie i obiadokolację. Posiłki wydawane będą w schronisku.

W sumie otrzymasz 6 posiłków, trzy śniadania i trzy obiadokolacje. W przerwie między zajęciami będzie dostępna kuchnia samoobsługowa oraz bufet w schronisku gdzie można zamówić dodatkowe posiłki i napoje.

Herbata z cytryną bez limitu w cenie szkolenia.

**Godziny posiłków:**

Śniadanie: 8:00. | Przerwa na herbatę, zupę, posiłek itp.: 12:00 – 13:00. | Obiadokolacja: 17:00

**Zakwaterowanie:**

Do Waszej dyspozycji jest rozległa polana, położona nieopodal schroniska, gdzie będziecie mogli postawić namioty.

Jeśli wolisz nocować w schronisku, nie ma problemu, daj nam znać przy zapisie.

**Zaopatrzenie:**

W schronisku możecie kupić napoje, przekąski, zupy i inne dania, najbliższy sklep w Korbielowie, Żabka do 23:00 ale często do 22:00

**Infrastruktura: (WC, prysznice itp.)**

Do Waszej dyspozycji będzie pełna infrastruktura sanitarna w schronisku, łazienki, toalety, prysznice z gorącą wodą.

W schronisku znajdują się 2 sale szkoleniowe, w których będą odbywać się zajęcia teoretyczne. W godzinach wieczornych spotkamy się w przytulnej sali kominkowej.

**Wyposażenie uczestnika:**

- plecak (35-40 litrowy) wyjścia w teren.
- ciepły śpiwór (puchowy, komfort do -10 stopni)
- karimata do spania lub materac samopompujący
- namiot
- buty w góry (twarde buty trekkingowe powyżej kostki), buty po schronisku (np. sandały, klapki).
- kurtka i spodnie z membraną przeciwdeszczową i przeciwwiatrową
- ciepły polar, cienka kurtka puchowa, softshell, długie spodnie trekkingowe
- ciepła bielizna termoaktywna np. z wełny merino (getry oraz góra)
- grube skarpety
- rękawiczki (2 pary), ciepła czapka, buff
- termos 0,7 lub 1 litrowy
- kubek
- czołówka (komplet zapasowych akumulatorów lub baterii)
- okulary przeciwsłoneczne lub/i gogle
- ogrzewacze chemiczne (8 sztuk)
- kijki trekkingowe składane wraz z talerzykami śnieżnymi
- ochraniacze na buty (stuptuty)
- krem z filtrem UV min. 50, tłusty krem ochronny, pomadka do ust
- folia NRC (tzw. koc termiczny)

**Każdy z uczestników szkolenia zostanie wyposażony w niezbędny sprzęt:**

- detektor lawinowy
- sonda
- łopata
- raki
- czekan
- kask
- sprzęt do zajęć z terenoznawstwa (mapa, kompas)

Konto do płatności za udział w Biwaku Zimowym:

Topo Travel

Idea Bank 78 1950 0001 2006 0002 7635 0001